TVチャンピオン 収納王に聞く

吉田式 収納のコツ

読んだらすぐできる

http://shuunou.org/

吉田トシコ先生プロフィール
収納コンサルタント
収納とカラーの個人相談、新築・リフォームのコンサルタント及びコーチ、講演やカルチャー講師を務める。

明けましておめでとうございます。新しい年が始まりましたね。今年はどんな年にしたいですか。夢や希望がふくらむ年の初め。充実した一年になるよう、将来を見すえて計画を立ててみてはいかがでしょう。

長期の目標を設定する

目標を設定するとき、まずは「なりたい自分」を想像してみましょう。10年先、20年先の漠然としたイメージでも構いません。子育て中のママなら仕事に復帰して家事と両立している自分、マイホームを建てて趣味の教室を開いている自分、シニア世代なら100歳になっても元気で人生を楽しんでいる自分、などなど。**人生が楽しくなるような目標を設定しましょう。**

具体的に考える

「なりたい自分」にいつかなるために、**何をすべきか具体的に考えていきましょう。**仕事に復帰するために資格を取ったり、保育所を探したり、家を建てるための土地を探したり。10年、20年先の年表を作って、いつごろまでに何をすべきか書き込んでいきましょう。同時に子供の入学や卒業、ご主人の転勤の予定や定年なども書き込みます。この機会に、家族のライフステージと照らし合わせて、家族みんなでスケジュールを立ててみてはいかがでしょう。

年、月ごとの予定を立てる

これらの作業をすると、今年何をするべきか見えてくるでしょう。資格を取るための勉強を始めよう、そろそろ土地探しを始めよう、と思う人もいるかもしれませんね。**今年の目標が立ったら、何月までに何をするべきかを考え、日々の予定を立てていきます。**大きな漠然とした目標を、年、月、日と細かく具体的な目標へと細分化していくことで、将来につなげるために今やるべきことが明確になり、日々の生活も充実してくることでしょう。

物との付き合い方を考える

将来を見すえると物の選び方も変わってきます。物を買う時、誰がいつまで使うのかを考えて選ぶようにしましょう。とりあえず子供が大きくなるまでなら安くて丈夫なものを、一生使うつもりなら多少値が張っても飽きずに使えるものというように、選ぶ基準が変わってきます。**将来の計画を立てることは、無駄な買い物を減らし、物ときちんと付き合うことにもつながるのです。**

いつも手帳を手元に置いて、思いついたことはすぐにメモする習慣を。「目標」「予定」「やりたいこと」「やらなければならないこと」何でも書き込もう。

1月はコレをやる！

日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat
4	5	6	7	8	9	10
50音順に揃えて年賀状の整理						
11	12	13	14	15	16	17
ゆっくり休んで、お正月疲れをリセット						
18	19	20	21	22	23	24
20日は大寒。雪が降ったときの準備を						
25	26	27	28	29	30	31
コタツで取扱説明書の整理をしてみては？						
2/1	2	3	4	5	6	7
マフラーや手袋を洗濯して受験に臨もう						
8	9	10	11	12	13	14
庭の植木に寒肥を施そう						

寒さも本格的になってきました。一年でもっとも寒い時期を迎える前に、冬の初めに着ていた衣類を洗濯して整理しておきましょう。薄手のセーターや裏起毛のトレーナーなど、次の出番は12月と気温が同じ3月頃になります。ウールは陰干しが基本ですが、乾燥した室内ならこの時期でもよく乾きます。また忘れている冬用の衣類はないか、もう一度点検しておきましょう。